

VIDENFORM

Fakta

Praktikant: Mikkel Bach Garbrecht

Praktiksted: Videnform

Vejleders navn og funktion:
Thomas Cortebeek, fysisk træner

Konkret Arbejdsopgave - Kastemodel

Videnform skal have udarbejdet en periodiseringsplan i forhold til kast for håndboldspillere. Planen skal udarbejdes så den tager højde for spillernes sæson, hvor periodisering af volumen og intensiteten i spillernes håndboldkast skal tilpasse sæsonen.

Diskussion

Jeg tænker at jeg vil få et stort indblik i, hvordan ens videnskabelig viden bliver brugt i praksis, hvor det der er bedst, ifølge teorien, ikke altid kan lade sig gøre i praksis.

I forhold til min egen positionering kunne jeg forstille mig, at den kommer til at ændre sig gennem mit forløb. Hvilket jeg også tror vil blive en generel ting ved mit forløb. Tror jeg bliver observerende i starten, men får lov til at få større indflydelse med tiden under forløbet.

Perspektivering

Håber at kunne være med til at udvikle en periodiseringsplan for Skanderborgs håndboldherre, som bliver en del af deres fremadrettede struktur. Tænker det videre forløb kommer til at involvere opgave, hvor der skal udvikles styrketræningsprogrammer, specielt med fokus på skulderen i forhold til at optimere kastet.

Metode, teori og analyseværktøjer

Professionsidentitet, Wackerhausen

- Erfaringsramt \leftrightarrow Videnskabelig
- Træde ind i en praksis \leftrightarrow Forholde sig til den udefra

Positioneringstrekanten, Brinkmanns

- Praktikant \rightarrow En del af gruppen

Til at løse opgave tænker jeg, at jeg skal bruge viden fra fagene fysisk træning samt fra de fysiologiske fag så som videregående arbejdes- og træningsfysiologi. Her vil det specielt være viden omkring periodisering og træningsplanlægning, som jeg tænker at skulle bruge.

